



Stichting Welzijn Pro Seniore
Azaleastraat 26M
4261 CW Wijk en Aalburg
0416-698486 (09:00 tot 11:00)
info@st-welzijnproseniore.nl
www.st-welzijnproseniore.nl

Mantelzorg ondersteuning

Je gezondheid verliezen, daar kiest u niet voor.

Mantelzorg worden is ook geen keuze. Het is niet zo dat je op een dag wakker wordt met de gedachte 'Laat ik eens mantelzorg worden'. Het raakt aan emoties, het verward. Op deze manier onderscheidt het zich van vrijwilligerswerk. Vrijwilligers kiezen voor een bepaalde zorg, voor een bepaalde periode uit vrije wil. Mantelzorg is direct verbonden aan de relatie die je met iemand hebt. Het vraagt om een gelijkwaardige relatie om te zorgen dat jezelf niet tekort komt en de ander niet tekort doet. Zorg ontvangen en geven, heeft allebei zijn eigen-waarde.

Nederland leest: 'Het zwijgen van Maria Zachea'

'Het zwijgen van Maria Zachea' is een boek van Judith Koelemeijer staat in november centraal in de bibliotheek. Het boek is de hele maand november gratis af te halen in een van de vestigingen. Het boek is ook te leen in de online Bibliotheek

Het beschrijft de familiegeschiedenis van een gezin met twaalf kinderen. Acht jaar lang hebben zij voor hun moeder Maria Zachea gezorgd. In al die jaren sprak zij nauwelijks. Haar zwijgen is een centraal thema in het boek. Het laat op realistisch en ontroerende manier zien hoe verschillend ieder zijn eigen plek en beleving had.

Misschien herken je je in één van de kinderen. En geeft het een verhelderende blik op je eigen situatie, jouw angsten, sterke en zwakke kanten, vaardigheden, waar je pijn zit of energie uithaalt.

Online workshop voor herkenning

Het delen van ervaringen kan zo helpend zijn in je situatie. Daarom een online workshop om aan de hand van thema's en citaten uit dit boek en wordt er ruimte geboden om ervaringen te delen.

Deelnemen aan de online-workshop gaat via Zoom, dit is mogelijk via een laptop, vaste computer, tablet of smartphone. Voor aanvang krijg je een stappenplan en kun je mee doen vanuit je eigen plek.

Je hoeft het boek niet gelezen te hebben om mee te doen.

Donderdag 19 November van 10 tot 11:30 uur

of

Maandag 30 november van 14 tot 15:30uur

Aanmelden door

<https://bibliotheekheusden.op-shop.nl/1412/het-zwijgen-van-als-je-zorg-geeft-of-ontvangt/19-11-2020>